

LIIKUNTAPALVELUT IKÄIHMISILLE

UIMAHALLIN HINNASTO

Hinnat voimassa 1.8.2016 alkaen

Hinnat sis. alv 10 %

Uimahallin maksut (sis. Kuntosalin käytön)	Hinta eläkeläinen
kertalippu	3,60 €
sarjakortti 10krt	29,20 €
sarjakortti 20krt	55,10 €
sarjakortti 30krt	74,00 €

LIIKUNTAHALLIN KUNTOSALIN HINNASTO

Hinnat alkaen 1.8.2015

Hinnat sis. alv 10 %

Kuntosalikortteja voi ostaa kirjastosta sen aukioloaikoina.

Kuntosalin käyttömaksut	Janakkalan Liikuntahalli/ kuntosali	
Maksuperuste	Käyttöoikeus	Hinta eläkeläinen
kertamaksu	kirjaston aukioloaikoina	5,40 €
1 kk	joka päivä	32,50 €
3 kk	joka päivä	57,00 €
6 kk	joka päivä	89,50 €
12 kk	joka päivä	136,00 €
70+ vuotiaat	joka päivä	kausimaksu vuosi 2017 30 €



KAUSIMAKSU OMATOIMISEEN LIIKUNTAAN

Hinnat voimassa 1.8.2016 alkaen

Hinnat sis. alv 10 %

Yli 70-vuotiaatkausimaksu **30,00€ / vuosi**

Käyttökohteet: Turengin liikuntahallin kuntosali, Tervakosken uimahalli, Liinalammen avantouinti

Omatoimisen liikunnan kausimaksu, jonka voi maksaa kulkulätkän päivittämisen yhteydessä Turengin kirjastossa ja Tervakosken uimahallissa. Uuden vuoden kausimaksuja otetaan vastaan joulukuusta alkaen. Etu on voimassa kaikille kalenterivuoden aikana 70 vuotta täyttävälle vuoden alusta asti.

Jos yli 70-vuotias ei halua muita etuja kuin avantouinnin Liinalammelle, on vuosimaksu talvelle 2018-2019 20,50 euroa. Avantouintia varten luodaan erillinen koodi, joka vaihtuu vuosittain 1.10. alkaen ja on jokaisen avantouinnista kiinnostuneen lunastettavissa Palvelutoimisto Lyylistä.

OHJATUT LIIKUNTARYHMÄT

Hinnat voimassa 1.8.2016 alkaen

Hinnat sis. alv 10 %

Liikuntapalveluiden ohjattujen erityisliikuntaryhmien syyskauden maksu on 30 euroa / ryhmä ja kevätkauden maksu 30 euroa / ryhmä. Ryhmiin ilmoittaudutaan erityisliikunnanohjaaja Päivi Pirneksen kautta (yhteystiedot seuraavalla sivulla).

Vertaisohjaajien ryhmien syyskauden maksu on 25 euroa/ ryhmä ja kevätkauden maksu 30 euroa / ryhmä. Maksut suoritetaan Turengin kirjastoon (Lokakuun alusta) ja Tervakoskella Uimahallille. Tervakosken eläkkeensaajien mahdollisista maksuista, ottakaa yhteyttä puheenjohtajaan. Vuoden aikana ohjauksia on noin 9 kuukauden ajan. Ohjattujen erityisliikuntaryhmien kausimaksu ei sisälly yli 70-vuotiaiden kausimaksuun.



LIIKUNTAPALVELUIDEN OHJATUTRYHMÄT IKÄIHMISILLE

LIIKUNTARYHMIEN OSALLISTUMISMAKSUT

30 € /kausi erityisliikunnanohjaajan ryhmä

25 € /kausi vertaisohjaajien ryhmä

TIEDUSTELUT JA ERITYISLIIKUNTARYHMIIN ILMOITTAUTUMINEN:

Pirnes Päivi

Puh. 03 680 1234

erityisliikunnanohjaaja

Soittoajat: pe klo 8.15 – 9.00

Juttulantie 1

(muina aikoina voi jättää soittopyynnön vaihteeseen tai vastaajaan)

14200 Turenki

Sähköposti: paivi.pirnes@janakkala.fi

TURENGIN LIIKUNTARYHMÄT 2019-2020

9.9.-13.12.2019 (ei vko 42), 7.1.-30.4.2020 (ei vko 9 ja 15 + 21.2. ja 1.5.) Ohjaajalta tarkemmat tiedot.

(E) Erityisliikunnanryhmä, tarkoitettu ensisijaisesti itsenäisesti liikkuville henkilöille, joilla on kuitenkin rajoittuneisuutta fyysisessä kunnossa, SPPB- testin pisteet max 10

Huom! Erityisliikunnanohjaajan sairastumisesta tai lomasta johtuvat sijaisuudet hoidetaan ensisijaisesti vertaisohjaajien avulla, jotta ohjauksia ei tarvitse perua.

(V) Ohjaajana taitava vertaisveturi, avoin ryhmä kaikille kiinnostuneille. Ennakkoon ilmoittautumista ei tarvita, ilmoittautuminen paikan päällä.

(M) Ohjaajana muu taho. Ei ennakoilmoittautumista.

(O) Omatoiminen kuntosaliryhmä.

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
V Kuntosali Liikuntahalli klo 08:00 – 09:15		V Kuntosali Liikuntahalli klo 08:30 – 09:45		E Selkäjumppa Liikuntahalli klo 8:30 – 9:30
E Kuntosali Liikuntahalli klo 09:30 – 10:45		V Kuntosali Liikuntahalli klo 09:45 – 11:00		E Kevyt kuntojumppa Liikuntahalli klo 9:45-10:45
E Kuntosali Liikuntahalli klo 10:45 – 12:00	M Senioritanssi Ikäkeskus klo 12:30-13:30 1€/krt, 27.8 - 26.11.19 ja 14.1.20 - 5.5.20	O Kuntosali 70+ Liikuntahalli klo 11:00 – 12:00		E Kuntosali Mallinkaisten ent. koulu klo 11:30-12:30
				O Kuntosali 70+ Liikuntahalli klo 11:00 – 12:00

LIIKUNTAPAikkojen osoitteet:

Mallinkaisten entinen koulu, Kouluraitti 1, 14200 Turenki

Puhelin yhteys; 03-6801234 (Päivi Pirnes)

Turengin liikuntahalli, Koulutie 2A, 14200 Turenki.

Puhelin yhteys; 03-6801234 (Päivi Pirnes)

Ikäkeskus Tapailakodin takkatupa,

Tapailanpiha 7. 14200. Turenki

Senioritanssi on Eläkeliiton Janakkalan yhdistyksen organisoimaryhmä.

Yhdistykseen ei tarvitse kuulua osallistuakseen.



LIIKUNTAPALVELUIDEN OHJATUTRYHMÄT IKÄIHMISILLE

LIIKUNTARYHMIEN OSALLISTUMISMAKSUT

30 € /kausi erityisliikunnanohjaajan ryhmä

25 € /kausi vertaisohjaajien ryhmä

TIEDUSTELUT JA ERITYISLIIKUNTARYHMIIN ILMOITTAUTUMINEN:

Pirnes Päivi
erityisliikunnanohjaaja
Juttulantie 1
14200 Turenki

Puh. 03 680 1234
Soittoajat: pe klo 8.15 – 9.00
(muina aikoina voi jättää soittopyynnön vaihteeseen tai vastaajaan)
Sähköposti: paivi.pirnes@janakkala.fi

TERVAKOSKEN LIIKUNTARYHMÄT

9.9.-13.12.2019 (ei 10.9. ja vko 42), 7.1.-30.4.2020 (ei vko 9 ja 15 + 21.2. ja 1.5.) Ohjaajalta tarkemmat tiedot.

(E) Erityisliikunnanryhmä, tarkoitettu ensisijaisesti itsenäisesti liikkuville henkilöille, joilla on kuitenkin rajoittuneisuutta fyysisessä kunnossa, SPPB- testin pisteet max 10
Huom! Erityisliikunnanohjaajan sairastumisesta tai lomasta johtuvat sijaisuudet hoidetaan ensisijaisesti vertaisohjaajien avulla, jotta ohjauksia ei tarvitse perua.

(V) Ohjaajina taitavat vertaisveturit (Seuratalolla kokoontuvista ryhmistä ota yhteyttä Tervakosken eläkkeensaajiin
040-5503557/ Enni Nurminen-Pulkkinen). Ennakkoon ilmoittautumista ei tarvita, ilmoittautuminen paikan päällä.

(U) Ohjaajana uimahallintyöntekijä/ muu työntekijä. Vesijumpppiin ei tarvitse ilmoittautua.

(O) Omatoiminen kuntosaliryhmä.

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI
U Lavis-tanssi Seuratalo klo 10:30 – 11:30 (5€/kerta, ohjaajana Kirsi Uusimäki)	V Vesijumppa Uimahalli klo 06:45 – 07:30 alkaen 14.8.2018	V Sulkapallo Seuratalo klo 08:30 – 11:30	V Vesijumppa Uimahalli klo 06:45 – 07:30 alkaen 16.8.2018		V Sulkapallo Tervakosken koulu klo 8:00 – 10:00
V Vaa'an vartio Uimahalli klo 14:00 – 14:30	O Kuntosali Seuratalo klo 13:00 – 15:00	V Sisä-Curling Seuratalo klo 09:00 – 11:00	O Kuntosali 70+ Uimahalli klo 08:30 – 09:30		
O Kuntosali Uimahalli klo 14:00 – 15:00	E Kuntosali Uimahalli klo 12:30 – 13:30	V Boccia Seuratalo klo 09:00 – 11:00	V Kuntosali Uimahalli klo 09:45 – 10:45		
V Vesijumppa Uimahalli klo 15:15 – 16:00	E Vesijumppa Uimahalli klo 13:45 – 14:30	V Tuolijumppa Seuratalo klo 10:00 – 11:00	V Vesijumppa Uimahalli klo 11:00 – 11:45		
	V Tasapaino Seuratalo klo 13:00 – 14:00	U Vesijumppa Uimahalli klo 10:15 – 11:00 uintimaksu, ovet aukeaa 9:30	E Kuntosali Uimahalli klo 12:15 – 13:30		
	V Tanssikerho iättömät Seuratalo klo 14:00 – 15:30	V Kuntojumppa Seuratalo klo 11:00 – 12:00	E Vesijumppa Uimahalli klo 13:45 – 14:30	U Vesijumppa Uimahalli klo 13:00 – 13:45 uintimaksu	

LIIKUNTAPAIKKOJEN OSOITTEET:

Tervakosken Seuratalo, Seuranaukio 3, 12400 Tervakoski
Tervakosken uimahalli, Tervajoentie 4, 12400 Tervakoski,
Puhelin yhteys; 03-6801745,